Согласовано_____
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Квочков

Утверждаю_____
ИП Батракова О.В.
_____

Четырнадцатидневное меню

Государственного казенного общеобразовательного учреждения "Казачий кадетский корпус имени Героя Советского Союза К.И. Недорубова"

11-14 ЛЕТ

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ №96	15	0,12	10,88	0,20	99,15	96	2004
СЫР ПОРЦИЯ №97	15	3,48	4,43	0,00	54,60	97	2004
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ №358	250/50	51,90	32,88	56,62	740,26	358	2004
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №685	200	0,19	0,05	14,56	58,05	685	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**600**	**61,22**	**48,94**	**105,19**	**1 116,56**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ №738	120	7,67	6,83	48,11	285,07	738	2004
Итого за прием пищи:	**320**	**8,67**	**7,03**	**68,31**	**371,07**		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ №124	250	2,68	3,72	9,55	83,14	124	2004
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №499	120	32,21	27,02	16,39	438,94	499	2004
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №297	186	5,56	5,57	39,67	231,27	297	2004
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ №348	200	1,01	0,06	24,41	103,06	348	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6,32	0,80	38,64	188,00	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	70	4,27	0,84	27,93	137,90	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**1056**	**53,25**	**38,16**	**160,34**	**1 203,31**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН) №338	300	4,50	1,50	63,00	288,00	338	2011
Итого за прием пищи:	**300**	**4,50**	**1,50**	**63,00**	**288,00**		
Ужин							
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	150	1,65	0,30	5,70	36,00	ТТК № 27	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ №466	105/50	15,84	18,01	11,17	272,12	466	2004
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ №224	230	4,42	23,03	20,66	309,63	224	2004
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,55	0,09	30,84	127,54	639	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**855**	**31,04**	**42,73**	**122,13**	**1 008,29**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК)	200	5,40	5,00	21,60	158,00	698	2004
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ №770	120	8,07	15,20	67,55	439,62	770	2004
Итого за прием пищи:	**320**	**13,47**	**20,20**	**89,15**	**597,62**		
Всего за день:		**172,15**	**158,56**	**608,12**	**4 584,85**		

Зав.производством _____